

2026 年 4 月

annapurna

予定表

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4
		WORK	WORK	個別活動	
		ピアと話す会 個別活動	14:00閉所(職員会議)	ゆるふわ企画部	
6	7	8	9	10	11
10:00-11:00 ゆるトレ [簡単ダンスエクササイズ]	WORK	9:00-13:00 閉所(職員会議)	WORK	9:00-13:00 閉所(職員研修)	
個別活動	テーマ当研(定員5) [オリエンテーション]	個別活動 15:30-16:30 ゆるゲーム	おやつ作り [フルーツオムレット]	個別活動 15:30-16:30 ゆるトーク ☕	
13	14	15	16	17	18
閉所 (振替休み)	WORK フリーペーパー編集部	WORK 最近の苦労当事者研究 (定員5)	WORK 個別活動 フリーペーパー 作業日	個別活動 14:30-16:30 ピアと話す会	個別活動 14:00-16:00 当事者研究 びすたーらい(定員5) 16:15閉所
20	21	22	23	24	25
個別活動 15:30-16:30 ブックカフェ ☕	WORK 当研マナブ(定員5) [オリエンテーション]	10:00-12:00 座談会 [私の好きなものトーク] 個別活動 15:30-16:30 ゆるトーク ☕	WORK モノづくり&アート [スクラッチアート]	14:00-15:00 ゆる散歩 個別活動	
27	28	29	30		
10:30-15:30 小樽手宮公園の 桜を見に行こう♪ ※要予約 (詳細は裏面)	WORK 当事者研究ありあり (定員5)	閉所 (昭和の日)	ひとり暮らしごはん(定員4) 14:00-16:00 S.A.(定員5)		
					裏面も見てね!

今月の
おすすめプログラム

New!
ゆるゲーム

4/8(水) 15:30-16:30
カードゲームやボードゲーム、
テレビゲームなど、いろいろな
ゲームでゆる〜く遊びましょう。
みんなでわいわい楽しみ
ませんか?

New!
ブックカフェ

4/20(月) 15:30-16:30
お気に入りの本を片手に、
ゆるりと読書をしませんか?
飲み物を飲みながら、
のんびりと本を読む時間を
共有しましょう。

ゆる散歩
今月の行き先

ミスタードーナツ
(北24条店)

北24条駅周辺を散策し、
ミスド店内で飲食します♪
※参加される方は、
お金を持参してください。

予定表に ☕マークの
ついたプログラムは
飲み物が出ます。
何が出るかはお楽しみ♪
お飲み物を片手に
ゆったりご参加ください♪

時間の記載がないプログラムは
下記の時間です。

AM 9:30-11:30
PM 13:00-15:00

【フリースペースとしての利用について】
緑■のプログラムは参加者と見学者のみ施設を
ご利用いただけます。

【利用料金について】
オレンジ■のプログラムは材料費等の実費負担が
あります。

QRコード

ホームページ

LINE登録は
こちら